

职场精英-智慧人生

课程内容：

“人生幸福”的导入

壹、 心态的自我管理

- 1) 三种常见心态的结果与分析。
- 2) 抱怨的情绪处理
- 3) 识别常见情绪

贰、 发现自我：做更好的自己

- 1) 关注身心健康
- 2) 注重保养与形象
- 3) 提升内在自我修养
- 4) 相信自己、犒劳自己、激励自己

参、 亲情关系与人际交往

- 1) 亲情关系的角色定位
- 2) 爱的密码
- 3) 亲子沟通的有效工具
- 4) 人际交往的密码

四、 关注健康

- 1) 亚健康带来的危害
- 2) 脂肪与健康
- 3) 健康食物的搭配
- 4) 科学减肥与运动

伍、 事业

- 1) 你的铁饭碗在哪里
- 2) 发现自己的优势
- 3) 挖掘潜能定位自己
- 4) 抓住机遇，成功需要争取

六、 财富管理

- 1) 财务自由“3步走”

- 2) 财富管理的三大资产
- 3) 财富管理的核心要点

七、 平衡

- 1) 事业与家族的真正的平衡是什么
- 2) 平衡的冲突有哪些，应对方法
- 3) 平衡法则一
- 4) 平衡法则二
- 5) 平衡法则三

八、 兼善天下

- 1) 善良浇灌快乐之花
- 2) 东西方慈善差异
- 3) 慈善知识入门

学习对象：直销企业代理商，各企业代理商，职业女性

培训人数：30-40 人

培训时长：1 天